

노래 부를 때의 바른 자세

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 26~27쪽
제재명	어머님 은혜	지도서	3학년 66~67쪽

■ 바른 자세로 노래 부르기

1. 서서 노래 부를 때

- 허리를 곧게 세우고 어깨에 힘을 뺀 후 가슴을 편 상태로 선다.
- 턱을 약간 당겨 목을 펴 주고 배는 안으로 밀착시킨다.
- 양발을 어깨너비 정도로 벌리고 선다.
- 몸의 중심을 약간 앞쪽에 둔다.
- 머리 정수리 부분에 줄을 매어 당겨 올려지는 느낌으로 턱을 약간 아래쪽으로 당긴다.



3. 앉아서 노래 부를 때

- 허리를 세우고 가슴을 편 상태로 의자의 등받이에서 떨어져 앉는다.
- 발을 바닥에 평평하게 놓고 몸의 중심을 약간 앞에 둔다.



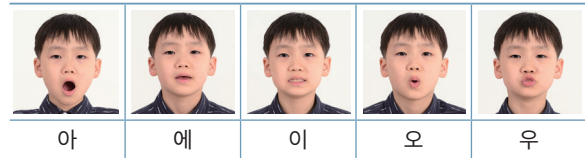
2. 악보를 들고 노래를 부를 때

- 허리를 곧게 세우고 가슴을 편 상태로 선다.
- 양팔이 몸에서 주먹 정도의 간격만큼 떨어지게 하고 책은 가슴과 같은 높이가 되도록 든다.
- 왼손 손바닥으로 악보의 중심을 받치고, 오른손은 책의 오른쪽 끝부분을 받친다.



■ 바른 입 모양으로 노래 부르기

노래 부를 때 가사의 전달은 매우 중요하다. 정확한 발음을 위해 밝은 표정을 하고 입꼬리는 살짝 올리며 모음의 입 모양을 정확하게 하여 말하듯이 발음한다. 모음은 길게, 자음은 짧게 소리 내는 것이 좋다.



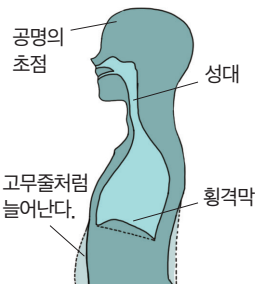
■ 자연스러운 발성으로 노래 부르기

아름다운 소리를 내려면 올바른 발성법을 익혀야 한다. 고음이나 강한 소리를 낼 때 목에 힘이 들어가지 않게 주의하며 호흡을 이용하여 소리를 편안하게 내도록 한다. 다음 사항에 유의하여 발성을 한다.

1. 준비 운동

소리를 내기 전에 몸의 긴장을 충분히 풀어주고 몸을 유연하게 하기 위하여 가벼운 체조나 얼굴 근육 운동을 한다.

예 목과 팔의 스트레칭, ‘푸르르르’ 하며 입술 풀기, ‘루’로 노래 부르기



2. 호흡

코와 입으로 숨을 깊게 들이마시고, 들이마신 숨을 배에 채워 잠시 숨을 참았다가 서서히 내쉬는 복식 호흡을 한다.

3. 공명

두 눈의 중간쯤을 공명의 초점으로 하여 코와 입의 윗입을 점점 머리 전체로 확장한다.

발성 지도법

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 26~27쪽
제재명	어머님 은혜	지도서	3학년 66~67쪽

■ 발성 지도를 위한 다양한 활동

1. 숨 쉬면서 상상하기(호흡)

목구멍과 콧구멍을 적절히 사용하여 숨을 짧은 시간에 한꺼번에 많이 들이마시며 목은 바른 자세로 올곧게 하여 선다. 이런 자세는 자연스럽게 꽃향기를 맡거나 하품을 할 때 나온다. 목에 숨이 넘어간다는 느낌이 들 정도로 크게 한 다음에 함께 이야기를 나눈다. 장미꽃, 삼립옥 등 단어를 연상하고 자신의 호흡 방법에 적용한다.

2. 콧구멍 막으며 숨 쉬다가 두 구멍으로 숨쉬기(호흡)

콧구멍으로 숨을 쉬면 숨의 흐름을 더 느낄 수 있다. 자연스럽게 쉬는 숨이지만 숨의 흐름을 알고 느낀다면 더 알차고 의도적인 쓰임으로 바꿀 수 있다. 한쪽 콧구멍으로만 숨을 쉬다가 콧구멍을 바꿔 보고, 그 후 두 콧구멍으로 숨을 쉰 후 마지막에는 입까지 활용하여 숨을 쉰다.

3. 한 호흡으로 소리 내며 걷다가 서기(호흡과 발음)

노래를 부를 때 호흡과 발음은 뗄 수 없는 관계이다. 호흡을 느낀 다음에는 발음에 소리를 얹어 봐야 한다. 걸을 때 한 가지 발음과 음정을 정해서 말하듯이 반복하면 걸으면서 중얼거리는 모양이 나온다. 한 번에 한숨으로 정하고 움직이며 다 걸었으면 제자리에 서서 잠시 숨을 고르고 다시 걷는다. 스스로 에너지를 소비하는 느낌이 들 정도로 조금 격하게 해도 좋다.

4. 한 호흡으로 문장 말하며 이어가기 놀이 하기(호흡과 발음)

빙 둘러서 원을 만든 후 돌아가면서 여러 문장씩 말하는 놀이이다. 이야기의 내용은 하나로 연결되게 하되 조건은 한숨에 말할 수 있는 문장을 모두 말하는 것이다. 이야기가 어색하더라도 쉬지 않고 말해야 하고, 말하는 문장은 일정한 음정의 높이를 가지고 있어야 한다. 자신의 숨이 어느 정도인지 알 수 있으며 숨을 극한까지 사용할수록 호흡은 길어진다.

5. 웃음소리 따라 하기(호흡)

웃음은 많은 열량을 소모하는 활동이다. 또한, 호흡을 잘 활용할 수 있고 배의 근육을 적절히 사용할 수 있다. 한 명의 웃음 소리를 다 같이 따라 하는 활동은 조금 쑥스러울 수도 있지만 오히려 넉넉해진 분위기를 느낄 수 있다.

6. 입 모양 노래 알아맞히기(발음)

돌아가면서 문제를 내고 맞추는 놀이로, 입 모양으로만 소리를 내지 않고 노래를 부르면 다른 사람들이 문제를 맞힌다. 맞힐 때 다 함께 그 노래를 부르거나 손들고 맞추게 하는 방법, 멈추고 다 같이 노래 제목을 말하는 방법 등 모두 괜찮다. 입 모양이 크게 벌어지기 때문에 발음이 저절로 좋아진다.

7. 손바닥으로 몸 밀치기 놀이 하기(자세)

노래를 위한 호흡과 자세를 위해서 필요한 하체의 힘과 균형 감각을 길러주는 놀이이다. 올바른 자세로 노래를 부르면 목소리의 빛깔이 사라지고 변질된 소리만 익히게 된다. 이 놀이는 다리를 땅에 붙이고 어깨너비로 벌린 후 손바닥을 밀쳐서 넘어지거나 상대방 몸에 손을 대면 지는 게임이다.

실로폰의 연주 자세와 주법

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 28~29쪽
제재명	높은음 낮은음	지도서	3학년 68~69쪽

1. 실로폰

실로폰(Xylophone)은 원래 나무로 된 음판을 길이와 두께의 차이별로 틀 위에 배열하여 채로 두드려서 소리 내는 타악기이다. 형태나 구조는 글로켄슈필(Glockenspiel)과 같지만, 글로켄슈필의 음판은 금속으로 만들어져 있고 실로폰의 음판은 나무로 만들어져 있으며 글로켄슈필보다 한 옥타브 낮은음을 낸다. 한편 공명관(울림통)이 달린 형태의 실로폰은 마림바라고 불린다. 현재 우리나라의 초등학교에서 학생들이 흔히 사용하는 실로폰은 작은 크기로 만들어져 휴대하기 편리하게 만든 변형된 형태이며 금속의 음판으로 만들어져 있어 글로켄슈필에 가깝다. 따라서 본래 나무로 된 실로폰의 청아한 음색과는 다소 차이가 있다.

2. 실로폰 연주의 바른 자세와 주법

(1) 악기의 위치

- 음판이 긴 부분을 왼쪽으로, 짧은 부분을 오른쪽으로 하여 악기의 위치를 잡는다.
- 실로폰의 높이는 팔을 90도 정도 구부렸을 때, 손에 닿을 만한 위치에 오는 것이 좋다.
- 어깨와 손목의 힘을 빼고 음판의 중앙을 가볍게 친다.

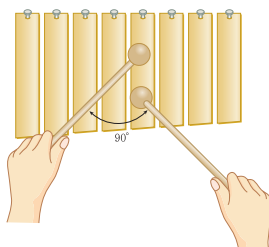
(2) 채 잡는 법



- 채는 손등이 위로 향하도록 잡는다.
- 실로폰 채를 3등분 했을 때 채의 머리에서 $\frac{2}{3}$ 되는 부분을 엄지와 집게손가락, 가운데손가락으로 가볍게 쥐고 채의 손잡이가 집게손가락이나 가운데손가락의 첫째 또는 중간 마디 사이에 놓이게 한다.
- 채를 손가락 끝으로 잡거나 손 전체로 감싸거나 주먹으로 쥐면 안 된다.



(3) 연주 방법



- 음판을 칠 때는 손목과 음판이 나란히 되도록 하며 어깨와 손목의 힘을 빼고 음판의 중간 부분을 채로 가볍게 친다.
- 두 손을 이용하여 치도록 하나, 한 손으로 쳐도 좋다.
- 양손으로 각각 채를 잡고 연주할 경우 두 채의 각도가 대략 직각이 되게 한다.
- 가락을 연주할 때는 왼손과 오른손을 한 번씩 번갈아 연주한다.

초보자들은 흔히 집게손가락을 채의 위에 놓고 채를 누르면서 치는 경우가 있는데, 이것은 정확하게 음판을 치려고 긴장하기 때문이다. 이러한 자세는 손을 경직되게 하고 음판의 소리를 탁하게 만들어 탄력이 없는 연주가 되게 만든다. 자연스러운 손의 위치에 따라 안쪽을 향하는 것이 바른 자세이며, 채로 음판을 칠 때 손목이 꺾이지 않도록 주의해야 한다.

리코더를 활용한 즉흥 연주 방법

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 34~35쪽
제재명	오른손 운지법	지도서	3학년 74~75쪽

■ 즉흥 연주 활동의 유형

한 마디 정도의 짧고 단순한 리듬꼴이나 가락을 듣고 모방 또는 새로운 리듬, 새로운 가락으로 응답하는 활동은 학습자들의 집중력과 기억력, 음악적 창의 역량을 키우는 데 도움이 된다. 교사는 먼저 시범 연주를 보여주고 모방을 통해 즉흥 연주 활동에 쉽게 접근하고 즐겁게 참여할 수 있도록 한다. 학생들의 수준에 따라 다양한 리듬꼴을 제시하도록 한다.

1. 가락 모방하기

교사의 소리를 듣고 학생들이 똑같이 따라 한다. 교사가 리코더로 연주하는 ‘ $\frac{3}{4}$ 박자’나 ‘ $\frac{4}{4}$ 박자’의 한 마디 가락을 듣고 따라 연주한다.

‘ $\frac{3}{4}$ 박자’의 경우

교사	→	학생	교사	→	학생
					

‘ $\frac{4}{4}$ 박자’의 경우

교사	→	학생	교사	→	학생
					

2. 가락 즉흥 문답하기

교사가 리코더로 연주하는 ‘ $\frac{3}{4}$ 박자’나 ‘ $\frac{4}{4}$ 박자’의 한 마디 가락을 듣고 해당 가락과 다른 형태의 가락으로 주고받으며 가락 즉흥 문답을 한다. 박자 내에서 같은 리듬 또는 다른 리듬으로 표현해도 무방하다.

‘ $\frac{3}{4}$ 박자’의 경우

교사	→	학생	교사	→	학생
					

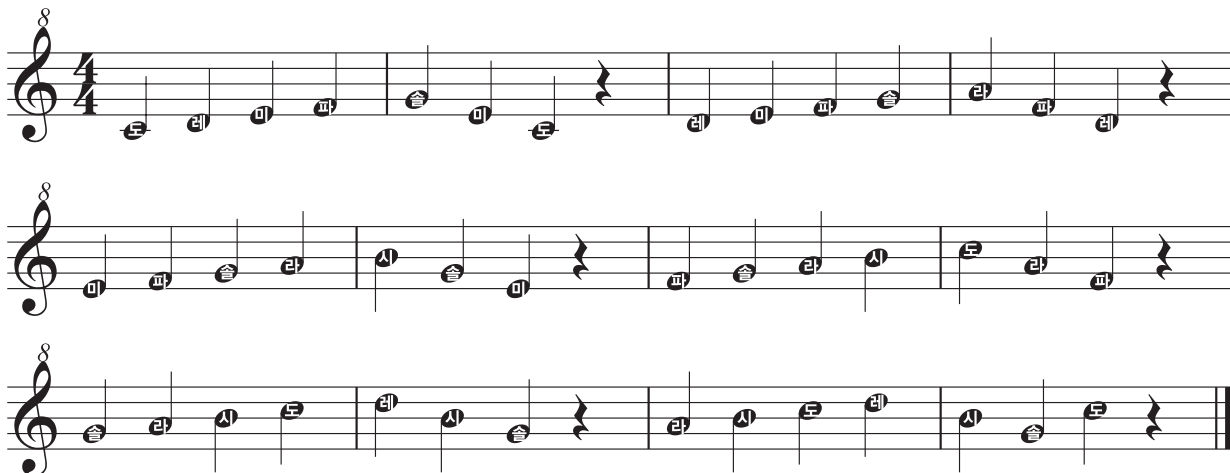
‘ $\frac{4}{4}$ 박자’의 경우

교사	→	학생	교사	→	학생
					

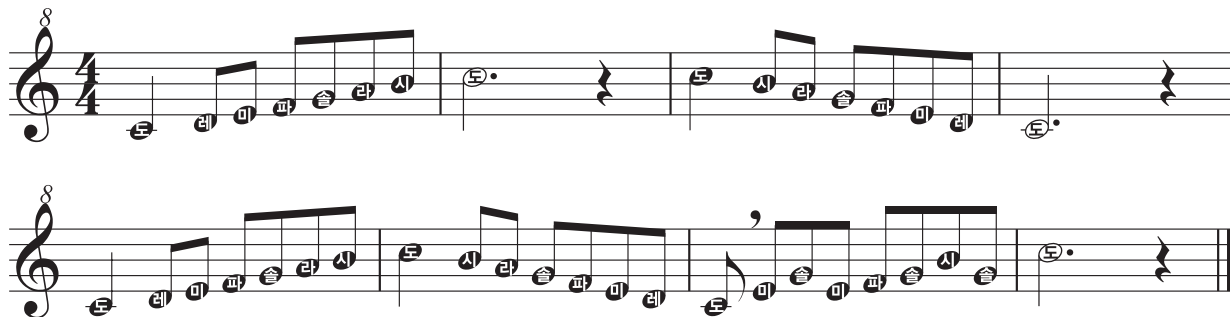
리코더 오른손 운지법 연습곡

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 34~35쪽
제재명	오른손 운지법	지도서	3학년 74~75쪽

1. 연습곡 ①



2. 연습곡 ②



● 오른손 운지법 ●



도



레



미



파(독일식)

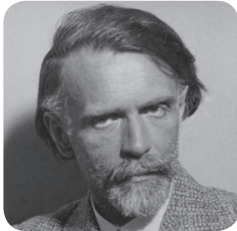


파(바로크식)

코다이 리듬 음절 읽기

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 36~37쪽
제재명	종달새의 하루	지도서	3학년 76~77쪽

1. 코다이(Kodály, Zoltán / 1882~1967)



헝가리에서 태어난 작곡가이자 음악 교육가이다. 코다이는 ‘인간이 글을 읽고 쓰는 것처럼 음악도 읽고, 쓰고, 생각할 수 있도록 교육해야 한다’는 주장 아래 악보 읽기와 기보하는 능력을 기르는 것에 중점을 둔 교수법을 개발하였다. 모든 사람이 모국어를 갖고 있듯이 음악도 자기 나라의 음악부터 잘 알아야 한다고 생각하여, 학생들이 모국어를 배우는 것처럼 자국의 민요를 체계적으로 배워야 한다고 강조하였다. 그의 교수법은 코다이 리듬 음절 읽기(Rhythm Syllables), 이동도법(Tonic solfa), 손기호(hand signs)의 활용을 바탕으로 한다.

2. 코다이 리듬 음절 읽기

코다이 리듬 음절 읽기는 리듬을 처음 학습할 때 사용하는 지도 방법이다. 정해진 리듬 이름을 사용하여 학생들이 쉽게 읽을 수 있도록 음표를 처음 사용할 때 머리 없이 기둥(|)만을 사용하여 각 음표의 길이를 단위마다 리듬 음절로 읽는다.

전통기보	코다이식기보	리듬음절읽기
		타 아 아 아
		타 아 아
		타 아 타 아
		타 타
		티 티 티 티
		싱 코 파
		타 이 티
		티리티리 타
		티리 티 타
		트리올라
		쉼
		쉬

‘대취타’ 악곡 해설

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 38~39쪽
제재명	대취타	지도서	3학년 78~79쪽

1. ‘대취타’의 쓰임

군례악의 일종으로 국가 무형 문화재 제46호로 지정되었으며, ‘무령지곡’이라고도 부른다. 임금의 노부(임금이 거동할 때의 의장, 또는 의장을 갖춘 행렬), 행행(임금이 대궐 밖으로 행차함), 능행(임금이 친히 능에 행차하는 것), 왕실의 동가(임금이 탄 수레가 대궐 밖으로 나가는 것) 등에 사용되었음은 물론, 군대의 행진 및 개선, 주장의 좌기(출근하여 사무를 보던 일), 진문의 개폐, 통신사의 행렬, 검기무, 선유락, 향장무 등의 정재에 쓰였다.

2. 집사

‘대취타’는 연주 시간이 정해져 있지 않기 때문에 집사의 지시에 따라 연주의 시작과 끝이 정해진다. 지휘봉에 해당하는 ‘등채’를 두 손으로 받쳐 들고 있다가 오른손으로 잡고 머리 위로 높이 들고 연주를 시작하라는 뜻의 “명금일하대취타(鳴金一下大吹打)하랍신다” 하고 호령하면 악사들이 “예이” 하고 큰 소리로 대답하여 명을 받는다. 그 후에 징이 크게 한 번 울리고, 용고가 변죽을 ‘따닥 딱’ 하고 울리면 연주가 시작된다. 연주가 계속되는 동안에는 등채를 옆으로 잡고 있다가, 등채를 밑으로 내리고 연주를 그치라는 뜻의 “허라금”을 외치며 연주를 끝낸다.

3. ‘대취타’의 악기 편성

시대와 의식의 규모에 따라 악기 편성이 달라지며 현재는 선율을 연주하는 취악기인 ‘태평소’와 일정하지 않은 단음을 소리 내는 취악기인 나발, 나각(소라), 무울 타악기인 징, 용고, 자바라로 구성된다. 그리고 연주자 외에 음악의 시작과 끝을 알리는 집사가 있다. 음의 구성은 7개의 장(章)으로 몇 번이고 반복할 수 있게 되어 있으며, 1장단은 12박(拍)으로 이루어져 있다. 규칙적으로 리듬을 짚어주는 타악기 군과 위엄 있는 나발과 나각이 어울려 힘찬 느낌이 든다.



▲ 대취타

4. '대취타'의 연주 악기

태평소



‘호적’, ‘쇄납’, ‘날라리’ 등으로 불리며 우리나라에는 고려 시대 때 중국을 통해 들어온 악기로 알려져 있다. ‘대취타’, ‘종묘 제례악’, 풍물놀이 등의 음악에서 다양하게 사용되고 있다.

나발



늦쇠를 재료로 하여 긴 대롱같이 만드는데 115cm 정도의 길이에 취구 쪽은 가늘고 끝부분으로 가면서 차차 굵어지며 맨 끝은 나팔꽃 모양으로 퍼지게 만들었다. 두 도막 또는 세 도막으로 나누어진 것을 연결하여 불며, 구분된 관을 불지 않을 때는 아래로 밀어 넣어 짧게 꽂아두기도 한다. 지공이 없고 보통 낮은 음 하나만을 길게 뿜어낸다. ‘대취타’와 농악, 군중에서 신호용으로 사용되었으나 현재는 ‘대취타’에서만 사용된다. ‘대취타’에서 나각과 번갈아 연주한다.

나각



‘나’ 또는 ‘소라’로도 불린다. 바다에 사는 큰 소라를 잡아 살을 꺼내고, 쪼무니 뽕죽한 끝부분을 갈아 취구를 만들어 끼운다. 일정한 크기는 없으며 소라의 원형 그대로 쓰기도 하고, 천으로 거죽을 씌우기도 하며 속에 붉은 칠을 하여 모양을 내어 치레하기도 한다. 이 악기는 낮은 외마디 소리이지만 웅장하고 우렁찬 지속음을 낸다. 연주법은 나발과 같이 윗입술과 아랫입술 사이로 김을 불어넣어 입술의 진동으로 ‘뿌우-’ 하고 소리 내는데, 음높이는 소라의 크기에 따라 다르다. 궁중 연례와 군악, ‘종묘 제례악’에 사용되었으며 지금은 ‘대취타’에서 사용되고 있다.

용고



북통 양면에 2개의 고리가 있어 대취타 등 행악 때 무명천으로 줄을 만들어 목부터 아랫배까지 늘어 매고 양손에 두 개의 북채를 쥐고 위에서 내리쳐서 연주한다. 연주 방법은 양손에 든 두 개의 북채로 박절에 맞추어 내리친다.

자바라



‘바라’, ‘제금’, ‘발’이라고도 하는 자바라는 중동 지방의 찰파라의 한자 표기를 우리식 발음으로 읽은 것이다. 서양 악기의 심벌즈와 비슷하게 생겼으며 양손에 하나씩 들고 맞부딪쳐서 소리를 낸다. 냄비 뚜껑같이 생긴 2개의 얇고 둥근 늦 쇠판으로 만들며, 늦 쇠판 중앙의 불룩하게 솟은 부분에 구멍을 뚫고 끈을 꿰어 그것을 양손에 하나씩 잡고 서로 부딪쳐서 소리를 낸다. ‘대취타’, 불교 의식, 무속 음악에서 사용한다.

징



‘금징’ 또는 ‘금’이라고도 한다. 중국 고대로부터 널리 쓰여 온 악기로 우리나라에는 고려 공민왕 때 명나라로부터 수입하여 군중에서 취타에 썼고, ‘종묘 제례악’, 무악, 법악, 농악에도 널리 사용된다. 팽과리가 잔가락을 치지만, 징은 한 장단에 크게 한두 번 정도 친다. 방짜 늦쇠를 재료로 하여 만들며, 채는 끝에 형질을 많이 감아서 치기 때문에 웅장하고 부드러운 음색을 낸다.

출처 한국학중앙연구원, 한국민족문화대백과사전 DVD, 한국학중앙연구원, 2014.

생활 속의 소리를 묘사한 앤더슨 (르로이)의 음악

단원명	2. 느낌을 담아	교과서	3학년 42~43쪽
제재명	숨은 소리 찾기	지도서	3학년 82~83쪽

1. 앤더슨 (르로이)(Anderson, Leroy / 1908~1975)



미국에서 태어난 작곡가이자 지휘자로 활동하였다. 매사추세츠 주(州) 케임브리지에서 태어나 하버드 대학 시절에 음악을 배우고 교회 오르간 연주자와 음악 교사를 거쳐 1935년부터 보스턴 팝스 관현악단에 편곡을 제공하였고, 관현악곡을 발표하여 명성을 떨쳤다. 작품은 현대 감각과 기지(機智)에 차 있으며 특히 ‘고장 난 시계’(1946), ‘블루 탕고’(1951) 등은 자신이 직접 지휘한 레코드로 크게 히트하였다.

2. 고장 난 시계(The Syncopated Clock)

타악기를 이용하여 시계의 똑딱거림을 작곡한 곡으로, 경쾌하고 재미있는 곡이다. 제목에서 알 수 있듯이 곡 전체에 당김 음(Syncopation)이 많이 나타난다. 타악기 악보에는 시계의 ‘똑딱’ 소리를 흉내 낸(Clock Imitation’이라고 악보에 지시되어 있음.) 우드블록 소리와 자명종 소리, 그리고 맨 마지막에 등장하는 카우벨과 윈드 휘슬 이렇게 네 가지 악기가 등장한다. 원래 시계란 정확해야 하는데 시계의 리듬이 이따금 느려지다가 하면 갑자기 느닷없이 요란한 시계의 패종소리가 울려 듣는 사람을 깜짝 놀라게 하는 등 마치 고장 난 시계처럼 제멋대로인 리듬을 효과적으로 사용한 장난기와 유머가 넘치는 곡이다.

3. 타자기(Typewriter)

1950년에 발표한 곡으로, 악곡의 리듬에 타자기 자판을 치는 것이 사용되었고 실제 악보에도 자판을 입력하는 소리와 실린더를 옮기는 소리 등이 기록되어 있다. 타자기를 연주할 연주자가 타자기 앞에 앉으면 관현악 연주가 시작되고, 연주자는 타자를 하기 시작한다. 타자기 연주자는 다른 악기들의 연주에 맞춰 타자기 자판을 치는 소리와 리턴 키(Key) 옮기는 소리를 적절히 이용하며 오케스트라와 협연한다. 이때 관현악 연주와 타자기의 소리는 어울림을 보이며 하나의 음악이 된다. 적재적소에 맞게 들어맞는 타자기 소리와 리턴 키 이동 소리가 오케스트라와 소리를 주고받으며 음악과 생활 속 소리가 이루는 오묘한 어울림을 만들어 내는 것이 특징이다.

4. 썰매 타기(Sleigh Ride)

겨울을 맞이하며 눈과 얼음을 맘껏 즐기며 썰매를 타는 분위기에 잘 어울리는 곡이다. 앤더슨 (르로이)는 1930년부터 보스턴 팝스 관현악의 편곡자로 일하면서 3분 남짓한 짧고 경묘한 곡을 다수 작곡했는데, 그 중 한 하나인 ‘썰매 타기’는 크리스마스에 많이 연주되는 유명한 곡이다. 금관 악기, 목관 악기, 현악기 등과 장난감 같은 타악기까지 더해져 경쾌한 선율과 신기한 음향을 만들어 낼 뿐 아니라 재즈 효과까지 삽입하여 재미를 더한다. 이 곡은 처음엔 노랫말이 붙어 있었는데 크리스마스와는 무관한 내용이었다고 한다. 그러나 지금은 크리스마스 시즌에 캐럴보다도 더 인기 있는 곡이 되었다.

출처 두산백과, “doopedia(두산백과)”, 2010.